



Karatekurse für Erwachsene und Jugendliche (ab 14 Jahre)

Karate-Do: Der Weg der Leeren Hand

Karate-Do (Karate) gehört zu den Sportarten, bei denen alle wesentlichen Aspekte trainiert werden: Beweglichkeit, Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination. Selbstverteidigung stellt für uns auch einen wichtigen Gesichtspunkt dar.

Karate-Do ist genauso wie Judo, Aikido oder Jujutsu eine waffenlose Kampfkunst, entwickelt zur Selbstverteidigung. Im Judo sind Wurftechniken, im Aikido und Jujutsu sind Hebeltechniken und im Karate sind Stoß- und Schlagtechniken im Vordergrund.

Unser Motto

Die effizienteste Kampfkunst ist diejenige, die man beherrscht. Es ist nicht wichtig welche Kampfkunst man wählt, sondern mit welcher Einstellung man diese betreibt.

Es liegt an jedem Einzelnen, die Kampfkunst zu wählen, die ihm am besten geeignet erscheint. Karate-Do ist unsere Wahl.

Unser Angebot

- Wir bieten Karatekurse, die nach den Methoden und Trainingstandards des Japanischen Karate Verbandes (Japan Karate Association-JKA) aufgebaut sind.
- Wir bieten laufend Lehrgänge mit speziellen Schwerpunkten. Unsere Lehrgänge finden in kleinen Gruppen statt.
- Wir bieten die Möglichkeit das erworbene Wissen durch Prüfungen zu bestätigen. Diese Prüfungen sind vom Verband „JKA-Europe“ anerkannt.

Kursinhalt

In unseren Kursen bieten wir dir durch gezieltes Training die Möglichkeit deine Beweglichkeit zu verbessern und die Kondition zu steigern. Dadurch kannst du lernen deinen Körper bewusster zu erfahren und einzusetzen.

Unsere Werte

- Karate sehen wir als eine Trainingsmöglichkeit für Körper und Geist. Wir finden, dass es durch ein kreatives und förderndes Training möglich ist, dem Leben einen positiven Impuls zu geben.
- Wir erreichen eine hohe Trainingsqualität durch gut ausgebildete Trainer und individuelle Betreuung der Schüler in kleinen Gruppen. Wir fördern Ausgleichssport für alle Altersgruppen.
- Wir freuen uns auf Menschen, die gerne eine japanische Kampfkunst erlernen wollen und Freude am anspruchsvollen Training haben. Auf dieser Weise können wir unser Wissen am besten weiter geben.

Unsere Vorteile

- Hohe Trainingsqualität durch qualifizierte Trainer
- Gutes Preis-Leistungsverhältnis
- Neun Trainingsmöglichkeiten pro Woche
- Trainingstage frei wählbar
- Ganzjähriger Trainingsbetrieb
- Einstieg jederzeit möglich.

Mehr Info

Karate Union Wien
Gumpendorfer Str. 63D, 1060 Wien
01/ 586 33 47 (Montag-Freitag 19.00–21.00 Uhr)
office@karate-kurse.at